

Janvier 2026

L'ÉQUIPE DE LA DÉLÉGATION VOUS SOUHAITE À TOUS ET TOUTES UNE

BONNE ANNÉE 2026!

LES ATELIERS NUMÉRIQUES EN 2026

Nouveauté 2026 :

Les ateliers numériques !

Animés par **Coralie Paris** notre nouvelle service civique et **Lili Yang**, bénévole.
Ils vous permettront d'approprier ou de vous perfectionner avec les outils numériques (Cours à distance possible en visio sur demande)

RDV à la délégation de Chambéry

Sur inscription au **04.79.69.41.81** ou par mail **coralie.paris2@apf.asso.fr**

- **Lundi 12 Janvier de 14h30 à 16h30: Découverte de l'ordinateur et son environnement**
- **Lundi 19 Janvier de 14h30 à 16h30: Internet**
- **Mardi 27 Janvier de 9h30 à 11h30: Les logiciels bureautiques : les boîtes mails**



Prochaines dates et thématiques à venir !

Vous accompagnez régulièrement un proche en situation de handicap ?

Le rôle d'aidant est exigeant, il a un impact fort sur la personne aidante: santé, relations avec l'entourage, vie sociale et pro, ressources financières...

En partenariat avec APF France handicap, **ALMA Savoie** vous invite à une rencontre d'échange pour rompre le silence autour de situations complexes auxquelles chacun peut être confronté.

Maltraitance: Mieux comprendre pour mieux prévenir :

Un double regard posé sur les personnes handicapées mais aussi vécue par les proches aidants

Chambéry: **Mardi 20 janvier 2026**, de 14h00 à 17h00, locaux de l'APAJH Savoie, **11 rue Daniel Rops à COGNIN**

Moutiers: **Judi 22 Janvier**, de 14h00 à 17h00, **Salle Squinobal** (à côté de la Mairie)

Albertville: **Judi 29 Janvier** de 14h00 à 17h00, **Maison des Assos, 21 rue Gorges Lamarque**

Inscription obligatoire:

(Entrées gratuites)

☎ : **09 83 48 99 18**

✉ : **contact@alma-savoie.org**

----- Des questions ? -----

Contactez **APF France Handicap** au **04 79 69 41 81**

CAFÉ RENCONTRE



"Mieux vivre avec la douleur"

**Jeudi 22 janvier
de 14h30 à 17h30**

**Salle Cornin, Résidence Joseph Fontanet
95 Boulevard Lepic, 73000 Aix-Les-Bains**

Gratuit, inscription **OBLIGATOIRE**

Transport depuis Chambéry sous inscription=>**6€**

----- Contacts -----

Brigitte BARLET : **06.04.42.09.83** ou **brigitte.barlet.apf.asso.fr**

Délégation: **04.79.69.41.81**



SORTIE CULTURELLE

Grande Salle, Espace Malraux



**"Edgar et Raphaëlle Moreau
et
l'Orchestre des Pays de Savoie"**

Musique

Jeudi 29 Janvier, 20h00

Tarif réduit Adhérent: **17€**

Tarif réduit Accompagnateur: **17€**



"Témoign"
Musique

Mercredi 4 Février, 20h00

Tarif réduit Adhérent: **17€**

Tarif réduit Accompagnateur: **17€**



**"Grand-peur et misère du
3ème Reich"**

Théâtre

Mardi 28 Avril, 20h00

Tarif réduit Adhérent: **12€**

Tarif réduit Accompagnateur: **12€**

Inscription: **dd.73@apf.asso.fr**

EXPOSITION AIDANTS/AIDÉS

Une photographe a réalisé des clichés de **binômes aidants/aidés** ! Des cadres photos ont été confectionné pour former une exposition sur le thème de la relation aidant/aidés.

Cette exposition va être mise en lumière dans différents lieux publics:



MDPH, Chambéry: Pendant 1 mois à compter du 03 Février 2026

Salle Polyvalente, Voglans: Le Samedi 07 Mars 2026, à l'occasion d'un concert

Maison des Assos, Chambéry: Un mois entre Mars et Avril

PROCHAINES RENCONTRES

GROUPES RELAIS

Ces rencontres sont souvent l'occasion de **créer des liens de solidarité** dans le **partage de moments ludiques et conviviaux**.

Vous souhaitez rejoindre un groupe relais proche de votre domicile ?

Contactez **Jean-Pierre Aspard** au **06.60.69.41.81** ou à **jean-pierre.aspard@apf.asso.fr**

<u>Aix-Les-Bains</u>	<u>Alberville</u>	<u>Moûtiers</u>	<u>St Jean De Maurienne</u>
Salle Cornin à la résidence Fontanet	Salle des fêtes, Avenue Eugène Ducretet	Salle des fêtes, Place de l'Hôtel de ville	Salle RDC, Espace Louis Armand
<ul style="list-style-type: none">• Vendredi 16 Janvier 2026 de 11h30 à 16h30• Vendredi 20 Février 2026 de 11h30 à 16h30• Vendredi 20 mars 2026 de 11h30 à 16h30	<ul style="list-style-type: none">• Vendredi 06 Février 2026 de 11h30 à 16h30• Vendredi 06 Mars 2026 de 11h30 à 16h30	<ul style="list-style-type: none">• Vendredi 16 Janvier 2026 de 11h30 à 15h00• Vendredi 13 Février 2026 de 11h30 à 15h00• Vendredi 06 Mars 2026 de 11h30 à 15h00	<ul style="list-style-type: none">• Jeudi 12 Février 2026, repas convivial à St Avre• Jeudi 12 Mars 2026

LE RETOUR DES BRIOCHES !

La grande vente de brioches sera reconduite cette année du **jeudi 26 mars 2026 au vendredi 03 avril 2026**.

Un bon de commande vous sera envoyé prochainement mais vous pourrez participer en tenant un stand ou en organisant une pré-vente autour de vous.

Plus de précisions, prochainement.

BON DÉBUT D'ANNÉE À TOUS, RDV EN FÉVRIER POUR LE PROCHAIN FLASH INFO